**Голубика**

Vaccinium uliginosum L.

Семейство брусничные— Vacciniaceae

Кустарник от 20 до 120см высоты, с темно-серыми или коричневато-бурыми цилиндрическими побегами. Листья обратноовальные или обратнояйцевидные, жесткие, с цельными, немного загнутыми вниз краями. Сверху они светло-зеленые, снизу— сизоватые. Осенью листья краснеют и опадают. Цветки бледно-розовые или зеленовато-белые, расположены на коротких поникающих цветоножках в пазухах листьев. Цветет в июне, плоды созревают в конце июля— августе. Произрастает в Приморском крае, Приамурье, на Охотском побережье, Чукотке, Сахалине, Курильских и Командорских островах.

Ягоды голубики содержат много сахаристых веществ и аскорбиновой кислоты (витамин С), а также ряд других веществ. Они применяются в народной медицине как витаминное и противопоносное средство, а отвар листьев— в качестве слабительного. Отвар веток с листьями употребляют иногда при заболеваниях сердца (Крылов, 1969). Отвар ягод дают лихорадящим больным. По данным Л.Д.Шулятевой (1964), листья голубики в экспериментальных условиях улучшают потребление глюкозы тканями и могут представлять интерес как вспомогательное средство лечения сахарного диабета.

Необходимо иметь в виду, что ягоды голубики, растущей вблизи зарослей багульника болотного, иногда оказывают неблагоприятное действие. После их употребления может развиться головная боль и другие эффекты, характерные для «опьяняющего» действия багульника. Именно поэтому голубика известна еще и под другим названием— пьяника. Одна из возможных причин такого действия— попадание на ягоды спор ядовитой багульниковой ржавчины (Усенко, 1969). Не исключена и возможность того, что сизый налет, покрывающий ягоды голубики, может «впитывать» в себя и накапливать ядовитое эфирное масло багульника.

**Список литературы**

Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://www.mag.org.ua/>